

Tâm nguyện phi thường của lòng đại bi

Đức Đạt Lai Lạt Ma

SỨC MẠNH LỚN LAO CỦA LÒNG BI VƯƠN ĐẾN TẤT CẢ CHÚNG SINH

Khi thiền quán về lòng bi, hãy suy ngẫm về cách chúng sinh trải nghiệm khổ đau. Để tăng mạnh sức bi mẫn của mình, trước tiên hãy quán tưởng một chúng sinh đang chịu sự hành hạ nặng nề, chẳng hạn một con vật sắp bị đưa đi giết thịt. Hãy hình dung trạng thái tâm của chúng sinh ấy trong hoàn cảnh đó, rồi khơi dậy nơi mình ước nguyện tha thiết mong họ thoát khỏi nỗi khổ ấy.

Bạn cũng có thể quán tưởng những chúng sinh khác. Khi đi tàu hỏa ở Ấn Độ, ta không thiếu những ví dụ về các cảnh khốn cùng của cả người lẫn vật. Hãy hình dung những chúng sinh ấy: dù khao khát hạnh phúc chẳng khác gì bạn, họ vẫn phải chịu những bất hạnh rõ rệt. Con người còn sử dụng động vật làm sức kéo và chuyên chở. Trong các thành phố và làng mạc có nhiều bò mà xã hội Ấn Độ cấm giết, nhưng khi chúng già yếu và không còn hữu dụng thì chẳng còn ai chăm sóc. Ở Ấn Độ cũng có những người ăn xin bị mù, điếc, không nói được, khuyết tật, cùng những người cùng khổ. Thay vì giúp đỡ họ với lòng bi mẫn, người ta lánh xa hoặc xua đuổi, đôi khi còn đánh đập. Đó là cảnh thường gặp ở bất kỳ nhà ga nào tại Ấn Độ.

Hãy quán tưởng như vậy về bất kỳ hoàn cảnh nào mà bạn thấy không thể chịu nổi. Điều này sẽ làm phát sinh một sức mạnh bi mẫn lớn lao, dễ dàng mở rộng đến tất cả chúng sinh hơn.

Tiếp đó, hãy nghĩ đến những chúng sinh thuộc các hoàn cảnh khác: có thể hiện giờ họ chưa chịu khổ đau rõ rệt, nhưng các hành vi bất thiện đã tích lũy nhất định sẽ tạo ra những hậu quả không mong muốn trong tương lai, khiến họ cũng phải trải qua những kinh nghiệm tương tự.

Mong cho tất cả chúng sinh đang thiếu hạnh phúc được hạnh phúc gọi là lòng từ rộng khắp; mong cho họ thoát khỏi khổ đau gọi là lòng bi. Có thể tu tập hai phép quán này cùng nhau, cho đến khi chúng tạo nên sự chuyển biến trong tâm bạn.

TÂM NGUYỆN PHI THƯỜNG

Việc rèn luyện lòng từ và lòng bi không được dừng lại ở tưởng tượng hay mong ước. Bạn phải làm phát sinh một ý nguyện chân thành, tích cực dẫn thân để giúp chúng sinh vui khổ và được hạnh phúc. Bắt tay vào việc ấy là bổn phận của người tu. Càng nuôi dưỡng lòng bi mạnh mẽ, bạn càng cảm thấy mình có trách nhiệm. Thật vậy, vì vô minh, chúng sinh không biết những phương pháp có thể đưa họ đến mục đích. Những ai biết được các phương pháp ấy có trách nhiệm thực hiện ý nguyện làm lợi ích cho họ.

Trạng thái tâm này được gọi là tâm nguyện phi thường, hay tâm nguyện đặc biệt. Bởi lẽ, sức bi mẫn thúc đẩy người ta nhận lấy trách nhiệm ấy không hiện diện ở những hành giả

có căn cơ thấp hơn. Theo lời truyền dạy trong các truyền thống khẩu truyền, tâm nguyện phi thường này đi kèm với một sự cam kết giống như ký kết một bản hợp đồng.

Khi đã làm phát sinh tâm nguyện phi thường nơi mình, hãy tự hỏi: ngoài lòng can đảm và quyết tâm, bạn có thực sự đủ khả năng đem lại hạnh phúc chân thật cho các chúng sinh khác không? Chỉ khi bạn chỉ cho họ con đường đúng đắn dẫn đến nhất thiết trí, và chính họ loại trừ vô minh trong mình, thì hạnh phúc bền vững mới ở trong tầm tay họ. Dù bạn có thể giúp người khác bằng cách đem lại sự an vui tạm thời, các mục đích tối hậu chỉ có thể thành tựu khi họ tự nhận trách nhiệm xua tan vô minh. Với bạn cũng vậy: nếu muốn đạt giải thoát, trách nhiệm ấy thuộc về chính bạn.

CHƯA ĐẠT NHẤT THIẾT TRÍ THÌ CHƯA THỂ THẬT SỰ LÀM TRỌN LỢI ÍCH CHO NGƯỜI KHÁC

Như tôi vừa nói, bạn còn phải chỉ cho con người con đường đúng đắn; điều đó không thể làm được nếu chính bạn chưa có sự hiểu biết. Có nhiều cách để đạt được hiểu biết; một cách là phát triển sự hiểu biết bằng trí năng, nhưng sự hiểu biết sâu xa nhất dựa trên kinh nghiệm trực tiếp.

Giáo pháp mà bạn truyền dạy cho người khác không được là điều còn mơ hồ đối với chính bạn. Bạn cũng cần có trí tuệ viên mãn để nhận định giáo pháp ấy có thích hợp và đúng lúc hay không, tùy theo khuynh hướng và khả năng tâm trí của từng người. Không thể đem một số tư tưởng rất sâu xa giảng cho bất kỳ ai; chúng có thể gây hại nhiều hơn là có lợi.

Để đánh giá căn cơ của người khác, bạn phải vượt qua mọi hình thức chướng ngại vi tế đối với sự hiểu biết. Chính Đức Phật đã nêu một ví dụ khi Ngài còn tại thế: một gia chủ muốn xuất gia làm tăng, nhưng các đệ tử có trình độ cao, như ngài Xá Lợi Phất, không nhận thấy nơi ông đủ tiềm năng thiện đức để được thọ giới. Chỉ có Đức Phật, nhờ sức nhất thiết trí, thấy được tiềm năng ấy. Vì thế, chừng nào bạn chưa hoàn toàn giác ngộ, bên trong bạn vẫn còn chướng ngại đối với sự hiểu biết, khiến công việc giúp đỡ người khác chưa được trọn vẹn.

Có lẽ bạn sẽ tự nhủ: vì sự thành tựu nguyện vọng và an vui của chúng sinh tùy thuộc vào sự chủ động của chính họ, « Tôi cần gì phải nỗ lực đạt giác ngộ? Rốt cuộc, đã có rất nhiều vị Phật sẵn sàng giúp đỡ, miễn là họ chịu bước bước đầu tiên. »

Tuy nhiên, muốn nhận được sự trợ giúp của một vị hướng dẫn tâm linh hay một vị thầy, cần phải có nhân duyên nghiệp lực với vị ấy. Vì vậy, có những vị thầy chỉ giúp được một số đệ tử nhất định một cách hữu hiệu. Để hiểu rõ điều này, hãy đọc những kinh như Kinh Bát Thiên Tụng Bát Nhã Ba La Mật Đa, trong đó chư Phật và chư Bồ Tát, khi nhận thấy một hành giả có nhân duyên nghiệp lực mạnh hơn ở nơi khác, khuyên người ấy đi tìm vị thầy của mình. Như vậy, có người tuy được tận mắt nhìn thấy một vị Phật nhưng có thể nhận được ít lợi ích hơn so với khi có quan hệ với bạn, do giữa họ và bạn có nhân duyên sâu đậm hơn. Vì vòng sinh tử này không có khởi đầu nên các mối duyên nghiệp cũng không có khởi đầu; tuy nhiên, ở đây tôi muốn nói đến những nhân duyên mạnh mẽ được hình thành trong các đời gần đây.

Dù việc bạn chứng đạt nhất thiết trí không đem lại lợi ích cho tất cả chúng sinh, điều đó chắc chắn vẫn mang đến nhiều lợi ích thiết thực cho một số chúng sinh. Vì vậy, nỗ lực đạt giác ngộ hoàn toàn là điều rất quan trọng. Có những người sẽ rất cần sự trợ giúp của bạn trên con đường tâm linh; điều thiết yếu là bạn phải nhận trách nhiệm làm lợi ích cho người khác. Suy nghĩ này sẽ làm tăng trưởng nơi bạn niềm xác tín rằng, nếu chưa đạt nhất thiết trí, bạn chưa thể hoàn thành mục đích đã đặt ra và chưa thể thật sự làm trọn lợi ích cho người khác.

CHÚ THÍCH VÀ THÔNG TIN XUẤT BẢN

Lamrim, tức con đường tuần tự, còn gọi là con đường tiệm thứ, là một phương pháp rèn luyện tâm, được phát triển đặc biệt trong phái Gelugpa của Phật giáo Tây Tạng.

Đăng trong tạp chí « Dharma - Compassion et médecine ».

Mã tham chiếu D.G. Diffusion: 11194.

Tác giả: Tập thể.

Nhà xuất bản / nhãn: Prajna.

EAN: 9782905188601.

Đức Đạt Lai Lạt Ma